

Утверждено:
Директор МБОУ Гимназия №4

Танцура С.В.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

02 сентября 2021

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
14	Масло сливочное «крестьянское»	10	3,64	0,1	8,2	0,1	75
210	Омлет натуральный	159\15	32,51	15,9	32,1	16,8	420
338	Свежие фрукты	1шт	21,06	2,25	0	35,4	150
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	2,66	1	14	79,8
1091	Хлеб ржаной	30	1,20	1,83	0,36	11,97	59,1
377	Чай с лимоном	200\15\7	4,00	0,2	0	16	65
	Итого завтрак:	616	63,61	22,94	41,66	94,27	848,9
	Обед						
70	Помидор соленый	60	5,00	0,72	0,12	3,48	18
101	Суп картофельный с пшеном	200	6,02	1,76	2,26	16,46	93,2
229	Рыба, припущенная с овощами	90\90	29,99	16,38	8,64	8,64	178,2
312	Пюре картофельное	180	10,20	3,74	6,12	11,28	159,12
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	2,66	1	14	79,8
1091	Хлеб ржаной	30	1,20	1,83	0,36	11,97	59,1
344	Компот из яблок	200	10,00	0,24	0	28,8	116,2
	Итого обед:	880	63,61	27,33	18,5	94,63	703,62
	Всего:	1496		50,27	60,16	188,9	1552,52

Утверждено:
Директор МБОУ Гимназия №4

Танцура С.В.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

01 сентября 2021г

№ реце пта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
284	Котлеты из мяса кур	90\5	28,18	14,58	21,78	14	311,4
309	Макаронные изделия	150	10,01	5,35	4,85	25,58	179,4
338	Яблоко свежее	1 шт	17,00	0,6	0	18,9	78
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	2,66	1	14	79,8
1091	Хлеб ржаной	30	1,20	1,83	0,36	11,97	59,1
378	Чай с молоком	150\50\15	6,02	1,4	1,6	17,7	91
	Итого завтрак:	674	63,61	26,42	29,59	102,15	798,7
	Обед						
70	Огурец соленый	60	5,80	0,48	0,12	1,92	10,8
82	Борщ с капустой и	200	6,02	1,46	3,92	12,16	89,8
268	Котлеты из говядины	90\50	30,18	12,32	17,46	0	289,8
302	Пшеничная каша	150	10,20	4,19	5,46	25,35	163,8
346	Компот из апельсинов	200	9,01	0,08	0	27,08	108,6
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	2,66	1	14	79,8
1091	Хлеб ржаной	30	1,20	1,83	0,36	11,97	59,1
	Итого обед:	810	63,61	23,02	28,32	92,48	801,7
	Всего:	1484		49,44	57,91	194,63	1600,4

Утверждено
Директор МБОУ Гимназия №4

С.В. Танцура С.В.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

03 сентября 2021г

№ реце пта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
338	Свежие фрукты	1 шт	9,80	0,8	0	10,06	43,3
223	Залеканка из творога со сгущенным молоком	150\20	45,41	30	9,08	26,7	308,6
382	Какао с молоком	200	6,00	3,76	3,2	26,74	150,8
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	2,66	1	14	79,8
1091	Хлеб ржаной	30	1,20	1,83	0,36	11,97	59,1
	Итого завтрак:	530	63,61	39,05	13,64	89,47	641,6
	Обед						
324	Свекла тушеная	60	5,00	1	0,83	7,65	42,12
102	Суп гороховый	200	5,11	4,06	4,28	19,08	131
291	Плов с курицей	90\180	46,60	26,28	30,42	43,02	550,8
388	Напиток из плодов шиповника	200	4,50	0,68	0	35,26	143,8
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	2,66	1	14	79,8
1091	Хлеб ржаной	30	1,20	1,83	0,36	11,97	59,1
	Итого обед:	790	63,61	36,51	36,89	130,98	1006,62
	Всего:	1320		75,56	50,53	220,45	1648,22